



Виды консультаций

❖ Очная

❖ Дистанционная

МОБИЛЬНЫЙ КОСУЛЬТАЦИОННЫЙ
ЦЕНТР «БУРАТИНО»
МБДОУ № 54



Федеральный проект
«Поддержка семей, имеющих
детей»
в рамках национального проекта
«Образование»

Адрес:
Краснодарский
край, г. Армавир,
ул. Розы
Люксембург 174

Контактный
телефон:
8(861)37 33895

Эл.Почта:
dmbdou54@mail.ru

Интернет
консультирование,
обратная связь:
<http://detsad54arm.ru/>

**Специалист
консультационного
центра
инструктор по физической
культуре
Беседина Инна Аркадьевна**



Армавир, 2020г.

Роль физкультурных занятий в развитии и воспитании ребенка-дошкольника

Дошкольный возраст – наиболее важный период для формирования двигательной активности. Дети стремятся удовлетворить свою биологическую потребность в движениях, а в старшем дошкольном возрасте обладают богатым творческим воображением.

Уважаемые родители! Способствуйте становлению у детей ценностного отношения к здоровому образу жизни. Учите бережному отношению к своему организму, представлению о том, что полезно и что вредно для здоровья, овладению необходимыми гигиеническими навыками.

Создавайте возможность для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях, закалывающих процедурах, утренней гимнастике и др.

Создайте условия для двигательной активности в домашних условиях.

Поддерживайте интерес ребенка к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжкам, лазанию и другому и др.

Выполняйте вместе с детьми физические упражнения, которые помогут развить координацию движений, ловкости, гибкости и быстроты.

Формируйте у ребенка представление о своем теле, своих физических возможностях.

Организируйте физкультурные занятия, спортивные игры в помещении и на воздухе.

Развивайте у ребенка интерес к различным видам спорта.

Здоровья и счастья Вам и вашим детям!

Вариативность физкультурно-оздоровительных мероприятий

Утренняя гимнастика

- Традиционная форма
- Ритмика
- Игровая, сюжетная
- Оздоровительный бег, ходьба в сочетании с ОРУ
- В форме двух-трех подвижных игр

Физкультурное занятие

- Традиционная форма
- Игровое, сюжетное
- Круговая тренировка
- Самостоятельное
- Интегрированное
- Тренирующее
- Занятие-зачёт (диагностика)

Физминутка

- Игровая, сюжетная под стихотворный текст
- Пальчиковая гимнастика
- «Сеанс здоровья»
- Психогимнастика
- Мимический этюд

Гимнастика после сна

- Комплекс профилактической (корректирующей гимнастики)
- Разминка в постели: потягивание, самомассаж
- Игровой, сюжетный комплекс
- Игра малой подвижности или хороводная игра

Прогулка

- Тематическая, сюжетная
- Оздоровительная



Значимость физкультурных занятий в воспитании дошкольников

Физическое воспитание – неотъемлемая часть воспитания и оздоровления ребенка, это организованный процесс комплексного воздействия физических упражнений и факторов внешней среды (воздуха, ультрафиолетовых лучей, воды).

В свободное от детского сада время необходимо увеличить объем двигательной активности дошкольников можно следующим образом:

- утренней зарядкой;
- совместными походами и экскурсиями;
- спортивными играми на свежем воздухе во время прогулок;
- занятиями в спортивных секциях и клубах.



Большое гигиеническое значение имеет физическое воспитание в семье. Родители должны воспитывать у детей привычку к регулярным занятиям физическими упражнениями и поощрять разнообразные подвижные и спортивные игры, особенно на открытом воздухе, постоянно и активно содействовать выполнению ими установленного распорядка дня, правил личной гигиены и закаливания.

